

Desastres y Seguridad Alimentaria

Seguridad Alimentaria Después de una Inundación



Las aguas de inundación pueden incluir aguas residuales, escombros, productos químicos agrícolas o industriales, líneas eléctricas caídas, desechos domésticos, médicos e industriales, bacterias causantes de enfermedades y otros microorganismos, y otros contaminantes que pueden provocar enfermedades o daños.

Las inundaciones pueden afectar la seguridad alimentaria, así que sigue las medidas para mantener a la familia segura antes y después de una inundación. Según el Departamento de Recursos Naturales de Illinois, el 90% de todos los desastres declarados en Illinois son inundaciones.

Prepararse para las Inundaciones

Las inundaciones pueden causar cortes de energía o dificultades para viajar. Si se esperan inundaciones, prepara un suministro de agua y alimentos para tres días, incluso un galón de agua por persona por día y alimentos no perecederos listos para comer.

Mantén el agua en los recipientes aptos para alimentos. Evita almacenar agua en recipientes como cubos/baldes de lavandería o de limpieza que no sean seguros para los alimentos. Almacena los alimentos y el agua en recipientes resistentes al agua, como los recipientes de plástico pesados.

Si no se necesita comida o agua durante una tormenta, mantenlos en un lugar fresco y oscuro en caso de una inundación futura. Una vez al año, revisa las etiquetas de fecha del producto y repón los suministros si es necesario.

Empaca jabón para lavarse las manos y un desinfectante o toallitas húmedas a base de alcohol al 60%. Si no hay agua limpia, usa un desinfectante de manos.

Seguridad Alimentaria Después de una Inundación

Cuando sea seguro regresar a casa, clasifica los alimentos para determinar qué alimentos se pueden conservar después de desinfectarlos y cuáles se deben desechar.

Comida para Desechar Después de una Inundación

Desecha los alimentos y bebidas que hayan estado expuestos a las aguas de inundación y NO en recipientes impermeables, tales como:

- Tapones de rosca, como el agua embotellada y el jugo embotellado
- Tapas con cierres, las que se usan para almacenar harina, azúcar, y otros ingredientes de la despensa
- Latas con anillas, como las latas de frijoles, carne, o fruta enlatados
- Tapas corrugadas, como las tapas de cervezas, jugos, y sodas
- Bebidas en envases de cartón, como leche o jugo

Desecha los alimentos enlatados dañados que estén hinchados, con fugas, perforados, oxidados mucho, aplastados, o abollados y que no se puedan apilar sin caerse.



Alimentos para Conservar Después de las Inundaciones

Mantén los alimentos y bebidas sin daños preparados comercialmente en envases impermeables, como en las latas de metal y en los envases flexibles esterilizables, e.g., los envases de mariscos. Desinfecta estos paquetes antes de abrirlos y comerlos.

Desinfectar Paquetes de Alimentos y Bebidas

- Quita las etiquetas, si es posible.
- Cepilla o limpia la suciedad del embalaje.
- Lava bien los envases con agua y jabón — preferiblemente con agua caliente.
- Enjuaga con agua que sea segura para beber.
- Desinfección por inmersión: Coloca los recipientes en agua y hierva por 2 minutos, o usa un desinfectante químico combinando 1 taza de lejía doméstica regular sin perfume con 5 galones de agua y remojando los recipientes por 15 minutos.
- Seca al aire todos los paquetes por al menos 1 hora antes de abrirlos o guardarlos.
- Si se quitaron las etiquetas, escribe el contenido y las fechas en el recipiente. Incluye las fechas de caducidad, de uso, y de consumo preferente en la etiqueta de fecha.

¿Es seguro beber el agua después de una inundación?

Es probable que el agua embotellada expuesta a las aguas de inundación no sea potable para beber. Las tapas y los sellos de la mayoría de las botellas individuales y recipientes de un galón no son impermeables. En su lugar, desinfecta el agua antes de beberla o usarla para cocinar.

¿Se puede desinfectar el agua?

Consulta con el departamento de salud local para ver si desinfectar el agua es apropiado. Las agencias locales pueden tener ciertos requisitos.

Deja que el agua turbia se asiente, saca el agua clara, y elige uno de estos pasos para desinfectar:

Ebullición: mata a la mayoría de los organismos

- Hierve el agua por 1 minuto y deja enfriar.
- Almacena el agua enfriada en los recipientes limpios con tapas.

Desinfectar con lejía: mata algunos organismos, pero no todos

- Agrega 1/8 de cucharadita de lejía doméstica regular sin perfume a cada 1 galón de agua.
- Revuelve bien y deja reposar durante 30 minutos antes de usar.
- Almacena en los recipientes limpios con tapas.

Limpieza y Desinfección Después de una Inundación

Después de una inundación o emergencia de agua, el equipo de cocina debe limpiarse y desinfectarse antes de usarlo.

Desecha cualquier artículo de cocina poroso que no se pueda desinfectar completamente, como:

- Utensilios de madera, platos, y tablas de cortar
- Utensilios, platos, y tazas de plástico

Desinfecta los equipos pequeños, como las ollas y sartenes:

- Lava con agua limpia y jabón.
- Enjuaga con agua limpia.
- Desinfecta por hervir o sumergir por 15 minutos en una solución de 1 cucharada de lejía doméstica regular sin perfume por 1 galón de agua.
- Deja que todo el equipo se seque al aire.

Llama a tu Oficina de Extensión

Comunícate con tu oficina de Extensión local si tienes preguntas sobre la seguridad alimentaria:

go.illinois.edu/FindILExtension.

Referencias (en inglés)

- [Keep Food and Water Safe After a Disaster or Emergency](#) (Mantener los Alimentos y el Agua Seguros después de un Desastre o Emergencia), Centers for Disease Control and Prevention
- [Floodwater After a Disaster or Emergency](#) (Agua de Inundación después de un Desastre o Emergencia), Centers for Disease Control and Prevention
- [Build a Kit](#) (Construir un Kit), Ready.Gov
- [Food and Water Safety During Power Outages and Floods](#) (Seguridad Alimentaria y del Agua durante los Cortes de Energía e Inundaciones), U.S. Food and Drug Administration
- [Cleaning Up the Kitchen After a Natural Disaster](#) (Limpiar la Cocina después de un Desastre Natural), Oklahoma State University
- [How to Salvage Flood-Damaged Appliances](#) (Cómo Salvar los Electrodomésticos Dañados por Inundaciones), North Carolina State Extension
- [The National Flood Insurance Program](#) (El Programa Nacional de Seguro contra Inundaciones), Illinois Department of Natural Resources (IDNR)
- [Flood Preparedness and Response](#) (Preparación y Respuesta para las Inundaciones), Occupational Safety and Health Administration (OSHA)
- [Emergency Food and Water Supplies](#) (Suministros de Alimentos y Agua de Emergencia), Texas A&M AgriLife Extension

Modificado abril 2025



Illinois Extension
UNIVERSITY OF ILLINOIS URBANA-CHAMPAIGN

extension.illinois.edu